Questions To Ask Your Doctor and Pharmacist

A GUIDE *for* SENIORS

Promoting Older Manitobans

Manitoba
Building for the Future

Acknowledgements

Manitoba Health and the Manitoba Seniors and Healthy Aging Secretariat developed this booklet in consultation with the Manitoba Medical Association and the Manitoba Pharmaceutical Association.

TABLE OF CONTENTS

I Introduction 2

II Medications

Questions to Ask Your Doctor 4

Questions To Ask Your Pharmacist 6

Questions to Ask Your Doctor and/or Pharmacist 8

Things To Do 10

III Programs and Services

Drug Programs Information Network 13

Pharmacare 14

Health Care Directives 16

E.R.I.K 18

Medication Information Line for the Elderly 19

Seniors Information Line 20

Health Links/Info Santé 21

IV Other

Useful Phone Numbers 22

List of Common Questions (tear off) 25

I INTRODUCTION

You have a right to know about your health and the medication you are taking. Your health professionals have a responsibility to provide you with this information.

Whenever you have questions about your health care, ask for answers. You and your doctor are partners, working together to ensure your good health. That's why you should always take the time to find out what you need to know. It's also why you should give your doctor complete information on your health and any medication (prescription, non-prescription and herbal products) you are taking.

If your doctor feels that a prescription for medication is necessary, visit your pharmacist to have it filled. Your pharmacist is an expert on medication and can supplement the information your doctor has given you.

Take the opportunity to ask questions and get the answers. After all, you can't follow your doctor's or pharmacist's instructions unless you understand them.

105-07290/

I INTRODUCTION

This guide has been developed by the Manitoba Seniors Healthy Aging Secretariat and Manitoba Health to inform older Manitobans about questions to consider asking their doctors and pharmacists.

In the event that you require the assistance of a caregiver, share this booklet with him/her.

II MEDICATIONS

Questions to Ask Your Doctor:

Before you visit your doctor, you may wish to prepare a list of symptoms you are experiencing or questions you want to ask. You may have your own ideas for a list or you may find the list provided at the end of this booklet helpful.

Take your list to the doctor and ask your questions. Write the answers down or ask to have them written down for you. After your visit, you should have answers to the following questions:

- What's the name of the medication?
- Why am I taking the medication? What is it for?
- Are there alternatives other than medication?
- Is there any way I can combine or reduce the number of medications I am taking?
- Is this the lowest possible dose of the medication for the desired results?
- What will happen if I don't take the medication?
- Is it possible for me to begin the medication with a prescription for a smaller quantity, to test for sensitivities or reactions?

II MEDICATIONS

- Are there any side effects or reactions that I should report immediately?
- What are the expected results of taking this medication?
- Do you want to see me while I am taking this medication?
- Am I to return for another visit and, if so, will it be before my prescription can be renewed? Can it be renewed by phone? Do I need the number of refills on the prescription?
- How do I prepare for the tests you recommend? (ex: fasting for a specified time period)
- Am I to phone your office for tests results?
- Do you want me to report back and, if so, when?

II MEDICATIONS

Questions to Ask Your Pharmacist:

- Can this medication be taken in any other form? (ex: trouble swallowing large pills)
- What are the side-effects that may occur with this medication? What side-effects should be reported immediately to my doctor or pharmacist?
- Will my prescription medication have any side-effects if mixed with my non-prescription medication or herbal products? Are there any drug interactions?
- Are any of my non-prescription medications or herbal products harmful to my medical condition?
- What do the symbols and stickers on the medication container mean?
- Does the *Drug Caution Code* apply to my medication? (This code requires patients be informed about side-effects or cautions on medication containers.)
- Do you have containers that are easier to open than the child-proof type? (Most pharmacies carry different kinds of containers and closures.)

II MEDICATIONS

- Is my medication sensitive to light, heat, moisture or cold? How should I store it?
- I am taking several medications at different times during the day. Do you have any ideas or suggestions to help me organize them and help me remember to take them?
- Do you have any written material about my medication?

II MEDICATIONS

Questions to Ask Your Doctor and/or Pharmacist:

- What are the costs, benefits and risks of taking this medication?
- Is there a generic brand for this drug?
- Is this prescription medication an eligible drug under the Pharmacare Program?
- How do I take this medication? (ex: orally)
- How often should I take the medication?
- When should I take the medication? Before, after or between meals? At bedtime? As needed?
- Are there specific foods or beverages I should or should not take with my medication? (ex: with or without milk)
- Are there any non-prescription medications or herbal products I should avoid taking at the same time as this medication? (Be sure to show your doctor and pharmacist a list of all your medications, including any non-prescription medications such as aspirins, vitamins or antacids as well as herbal products.)

II MEDICATIONS

- Is there anything else I should avoid while I'm taking this medication? (ex: driving a car, air travel or exercise)
- Might I experience any side-effects or reactions to this medication? If so, what are they? What should I do if I develop a side-effect or reaction? What side-effects or reactions should be reported immediately to my doctor or pharmacist?
- What should I do if I miss a dose of this medication?
- How long should I take this medication?
- What do I do if I need a refill of the medication?
- Is there any written patient information available about this medication?
- What danger signs should I look for?
- Is there anything else I should know?

II MEDICATIONS

Things to Do

- Before your visit, determine what you would like to know by the end of your visit.
- Make a list of your symptoms, questions, concerns and any past experiences with the same problem(s).
- Take all your medication, including any non-prescription medications and herbal products, or a list of them, with you to the doctor and pharmacist.
- At the doctor's office, ask your most important questions first, take notes. Tell your doctor as much as you can. Ask, if you don't understand, and repeat what you think the doctor said.
- Learn some basic medical terms, keep a journal of what you have learned, your prescribed medications, reactions to medications and treatment and questions as they occur.
- Before starting to use your medication make sure you understand all instructions.
- Take your medication as directed, without taking more or less than the prescribed amount.

II MEDICATIONS

- Use a checklist to keep track of the medication you have taken.
- If you experience any unusual signs or symptoms, or notice anything different, call your doctor or pharmacist immediately. The way drugs are absorbed into your body can change as you age. Watch for reactions such as headaches, lack of co-ordination, changes in moods, eating, sleeping or breathing patterns or any other unusual symptoms.
- Keep a permanent record of all medications that cause you any allergic reactions or sensitivity.
- If your doctor suggests you wear a Medic-Alert bracelet or necklet for allergies, you can order one by calling 1-800-668-1507.
- Even if you are feeling better, do not stop taking your medication without your doctor's approval.
- Never share your medication with others; it could have serious consequences.
- Remove cotton packing from the medication container and keep your medication in the original airtight container.

II MEDICATIONS

- Store your medication in a safe and appropriate place. Ask your pharmacist for advice on where to store your medications. Most medications should be stored at room temperature away from light and excessive moisture, so the bathroom is not always the best place to store medications.

- Check the expiry date of your medication. Do not use any expired medication, as it may be ineffective or even harmful in some cases. If there is no expiry date, consult your pharmacist.

- Take outdated medication to your pharmacist for disposal.

- If you forget to take your medication, do not double the next dose. Call your doctor or pharmacist for instructions on what to do.

- Finish all your medication, unless your doctor tells you not to.

III PROGRAMS AND SERVICES

Drug Programs Information Network

The Drug Programs Information Network (DPIN) connects all Manitoba community pharmacies through a province-wide network into a central database for drug use review. This system provides you with better Pharmacare service, more drug safety and increased appropriate Pharmacare usage.

The Drug Programs Information Network is based on your personal health identification number (PHIN). For your prescription safety, this nine-digit number on your purple health card should be given to your pharmacist every time you fill a prescription. If your new prescription should not be mixed with other prescriptions, your pharmacist will be promptly alerted.

If you do not have a card, contact the **Insured Benefits Branch of Manitoba Health at 786-7101 in Winnipeg or toll-free 1-800-392-1207.**

III PROGRAMS AND SERVICES

Pharmacare

Pharmacare coverage is based on your family income as well as the amount you pay for eligible prescription drugs. You are required to pay a portion of the cost of your eligible prescription drugs each year. This amount will be your annual Pharmacare deductible, based on your annual total family income.

Once your Pharmacare deductible has been met, the Pharmacare Program will pay 100% of eligible prescription costs until the end of the benefit year. As the Pharmacare Program is connected electronically with all Manitoba retail pharmacies, you are not required to submit your Pharmacare receipts.

You qualify for Pharmacare if you are eligible for Manitoba Health Coverage; your prescriptions are not paid through other provincial or federal programs; your prescription costs are not fully covered by a private drug insurance program.

To apply for the Pharmacare Program, please complete the Pharmacare Application Consent Authorization Form. You may choose one of two application options on this form:

III PROGRAMS AND SERVICES

Option A: this one-time application option eliminates the need to submit an annual application form. Pharmacare uses electronic data exchange with Canada Revenue Agency to establish the annual deductible on April 1 of each benefit year. Canada Revenue Agency electronically forwards to Manitoba Health the most recent income information available. You may make application to the program anytime during the benefit year April 1 to March 31.

Option B: this annual application option requires that you submit a Pharmacare Application Consent Authorization Form every benefit year. Application must be made during the benefit year April 1 to March 31. Pharmacare Application Consent Authorization Forms are available at all Manitoba pharmacies, Manitoba Health, 300 Carlton Street, Winnipeg, and at http://www.gov.mb.ca/health/pharmacare

For more information, call the Pharmacare recorded information line at 204-788-2506 (English) or 204-788-2520 (French), or contact Manitoba Health Provincial Drug Programs at 786-7141 in Winnipeg, toll free at 1-800-297-8099, TTY (204) 774-8618, or e-mail at pharmacare@gov.mb.ca

III PROGRAMS AND SERVICES

Health Care Directives

In Manitoba, *The Health Care Directives Act* protects your right to accept or refuse medical treatment. A health care directive allows you to make choices about your medical future.

A health care directive is a written document which allows you to express your specific instructions about the level and type of medical treatment you want performed. This directive applies if you are ever unable to indicate your wishes because of mental incapacity or inability to communicate. It also allows you to appoint another person, called a proxy, to make health decisions on your behalf if you are unable to do so. It is important that family, friends, your doctor and your proxy know you have a health care directive and where it can be found.

To be valid, a health care directive must be in writing, signed and dated. It will be binding on health care professionals and your proxy, provided the instructions are consistent with accepted medical practices.

III PROGRAMS AND SERVICES

The Manitoba Government has prepared a health care directive form for your convenience. To obtain a copy, call the:

Seniors Information Line
in Winnipeg 945-6565,
or Toll-free 1-800-665-6565

The form is also available online at
www.gov.mb.ca/health/livingwill.html

III PROGRAMS AND SERVICES

Emergency Response Information Kit (E.R.I.K.)

The goal of E.R.I.K. is to improve the accessibility of vital information in an emergency. It ensures seniors have a standard package of health information placed in a common location and available to paramedics and other health care providers. This program assists seniors with independent living and provides a valuable personal health safety package to seniors. It eases concerns of caregivers and helps emergency response personnel give focused service in an emergency.

E.R.I.K. contains an information brochure, a Health Information Form, a Health Care Directive Information sheet and form, an organ donation card, a donation slip, a slot to insert a business card (contact or sponsor) and a sticker for the front door of a residence. To enquire if an E.R.I.K. is available in your community, call your local community resource council (CRC). For a list of CRCs, please call the

Seniors Information Line
in Winnipeg 945-6565,
or Toll-free 1-800-665-6565

III PROGRAMS AND SERVICES

Medication Information Line for the Elderly

The University of Manitoba has designed the Medication Information Line for the Elderly to supplement information offered by your pharmacist and physician. Inquiries about drugs and proper drug use can be made over the phone to a pharmacist consultant, Monday to Thursday, 9:30 a.m. to 2:30 p.m.

Your inquiry will be answered as soon as possible. If you have any questions or concerns about the medication that you, or someone close to you is taking, contact the Medication Information Line for the Elderly at 474-6493 in Winnipeg.

III PROGRAMS AND SERVICES

Seniors Information Line

If you require any other type of information or services, you can contact the Manitoba Seniors and Healthy Aging Secretariat Information Line. This line provides seniors with easy access to government departments, programs and information on issues affecting seniors.

Concerns and questions will be handled promptly when you call:

in Winnipeg 945-6565,
or Toll-free 1-800-665-6565
Monday to Friday, 8:30 a.m. to 4:30 p.m.

If you call outside of these hours, you can leave your name and telephone number on the voice message and someone will call you back as soon as possible.

The Manitoba Seniors and Healthy Aging Secretariat also has a Seniors Abuse Line. This is a confidential information service giving seniors, family, service providers and the community access to information about elder abuse. Information includes existing resources, support services throughout Manitoba and help accessing those resources.

An elder abuse consultant is also available to provide education and training, and to assist communities to ensure that services and supports are co-ordinated and available to abused seniors. Call the Seniors Abuse Line at 945-1884 in Winnipeg, or toll-free 1-888-896-7183. You can also check the Manitoba Seniors and Healthy Aging Secretariat Web site at www.gov.mb.ca/sd for more information.

Health Links/Info Santé

Health Links is a telephone health information service throughout Manitoba. It is available 24-hours-a-day, seven days a week. Specially skilled nurses offer health information and support to people who require assistance. They may also help callers decide if they need further help, such as an urgent care centre or an emergency department.

Call Health Links/Info Santé
in Winnipeg at 788-8200,
or Toll-free 1-888-315-9257.

IV OTHER

Useful Phone Numbers

Drug Programs Information Network (DPIN)

Manitoba Health - Insured Benefits Branch

Phone: 786-7101 in Winnipeg

Toll-free: 1-800-392-1207

Pharmacare Line

Phone: 204-788-2506 (English) in Winnipeg

204-788-2520 (French) in Winnipeg

Pharmacare Program

Phone: 786-7141 in Winnipeg

Toll-free: 1-800-297-8099

Medication Information Line for the Elderly

Phone: 474-6493 in Winnipeg

Hours of Operation: 9:30 a.m. to 2:30 p.m.

IV OTHER

Seniors Information Line

Phone: 945-6565 in Winnipeg

Toll-free: 1-800-665-6565

Hours of Operation: 8:30 a.m. to 4:30 p.m.

Health Links/Info Santé

Phone: 788-8200 in Winnipeg

Toll-free: 1-888-315-9257

Info Health Guide to Health Services in Manitoba

www.gov.mb.ca/healthguide

Phone: 786-7105 in Winnipeg

Toll-free: 1-800-392-1207

Medic-Alert

Toll-free: 1-800-668-1507

LIST OF COMMON QUESTIONS

You may wish to take this list with you on your visit to the doctor or pharmacist.

QUESTIONS TO ASK YOUR DOCTOR:

- What's the name of the medication?
- Why am I taking the medication? What is it for?
- Are there alternatives other than medication?
- Is there any way I can combine or reduce the number of medications I am taking?
- Is this the lowest possible dose of the medication for the desired results?
- What will happen if I don't take the medication?
- Is it possible for me to begin the medication with a prescription for a smaller quantity, to test for sensitivities or reactions?

LIST OF COMMON QUESTIONS

- Are there any side-effects or reactions that I should report immediately?
- What are the expected results of taking this medication?
- Do you want to see me while I am taking this medication?
- Am I to return for another visit and, if so, will it be before my prescription can be renewed? Can it be renewed by phone? Do I need the number of refills indicated on the prescription?
- How do I prepare for the tests you recommend? (ex: fasting for a specified time period)
- Am I to phone your office for tests results?
- Do you want me to report back and, if so, when?

LIST OF COMMON QUESTIONS

QUESTIONS TO ASK YOUR PHARMACIST:

- Can this medication be taken in any other form?
- What are the side-effects that may occur with this medication? What side-effects should be reported immediately to my doctor or pharmacist?
- Will my prescription medication have any side-effects if mixed with my non-prescription medication or herbal products? Are there any drug interactions?
- Are any of my non-prescription medications or herbal products harmful to my medical condition?
- What do the symbols and stickers on the medication container mean?
- Does the *Drug Caution Code* apply to my medication?

LIST OF COMMON QUESTIONS

- Do you have containers that are easier to open than the child-proof type?
- Is my medication sensitive to light, heat, moisture or cold? How should I store it?
- I am taking several medications at different times during the day. Do you have any ideas or suggestions to help me organize them and help me remember to take them?
- Do you have any written material about my medication?

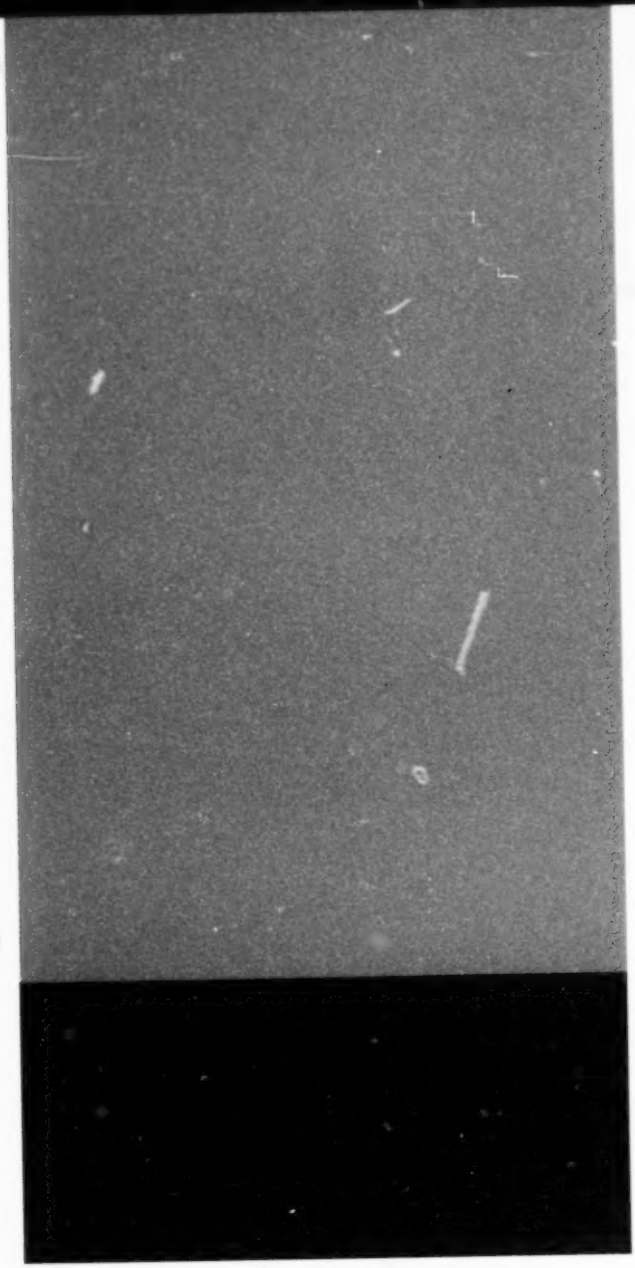
LIST OF COMMON QUESTIONS

QUESTIONS TO ASK YOUR DOCTOR AND/OR PHARMACIST:

- What are the costs, benefits and risks of taking this medication?
- Is there a generic brand for this drug?
- Is this prescription medication an eligible drug under the Pharmacare Program?
- How do I take this medication? (ex: orally)
- How often should I take the medication?
- When should I take the medication? Before, after or between meals? At bedtime? As needed?
- Are there specific foods or beverages I should or should not take with my medication? (ex: with or without milk)
- Are there any non-prescription medications or herbal products I should avoid taking at the same time as this medication?

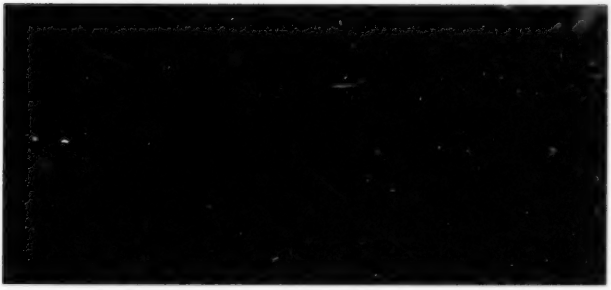
LIST OF COMMON QUESTIONS

- Is there anything else I should avoid while I'm taking this medication? (ex: driving a car, air travel, exercise)
- Might I experience any side-effects or reactions to this medication? If so, what are they? What should I do if I develop a side-effect or reaction? What side-effects or reactions should be reported immediately to my doctor or pharmacist?
- What should I do if I miss a dose of this medication?
- How long should I take this medication?
- What do I do if I need a refill of the medication?
- Is there any written patient information available about this medication?
- What danger signs should I look for?
- Is there anything else I should know?



GUIDE À *l'intention* DES AÎNÉS

QUESTIONS À POSER À VOTRE MÉDECIN ET À VOTRE PHARMACIEN



Promotion des aînés du Manitoba

Manitoba
Bâtir l'avenir

REMERCIEMENTS

Santé Manitoba et la Direction générale des services aux personnes âgées du Manitoba ont uni leurs efforts pour rédiger ce bulletin, avec l'aide de l'Association médicale du Manitoba et l'Association pharmaceutique du Manitoba.

TABLE DES MATIÈRES

I **Introduction** 2

II **Médicaments**

Questions à poser à votre médecin 4

Questions à poser à votre pharmacien 6

Questions à poser à votre médecin ou à votre pharmacien 8

Choses à faire 10

III **Programmes et services**

Réseau pharmaceutique informatisé 13

Régime d'assurance-médicaments 14

Directives en matière de soins de santé 16

T.I.S.U 18

Service téléphonique de renseignements sur la médication des personnes âgées 20

Service d'information téléphonique pour les personnes âgées 21

Health Links 22

IV **Autres**

Numéros de téléphone utiles 23

Questions communes (page à détacher) 25

I INTRODUCTION

Vous avez le droit d'être bien informé sur l'état de votre santé et sur les médicaments que vous prenez. Les professionnels de la santé ont la responsabilité de vous fournir ces renseignements.

Dès que vous avez des questions au sujet de votre santé, vous devez exiger des réponses! Vous et votre médecin êtes des partenaires qui travaillez ensemble pour vous maintenir en bonne santé. C'est pourquoi vous devriez toujours prendre le temps d'obtenir les renseignements dont vous avez besoin. Vous devriez aussi fournir à votre médecin tous les renseignements relatifs à votre santé et aux médicaments que vous prenez (qu'il s'agisse de médicaments vendus avec ou sans ordonnance, ou de produits à base de plantes médicinales).

Si votre médecin a jugé nécessaire de vous prescrire un médicament sur ordonnance, rendez-vous chez votre pharmacien. Ce dernier est un spécialiste des médicaments et pourra compléter les renseignements donnés par votre médecin.

Prenez le temps de poser des questions et d'obtenir des réponses. Après tout, vous ne pouvez pas suivre les directives de votre médecin ou de votre pharmacien avant de bien les comprendre.

I INTRODUCTION

Le présent guide a été mis au point par la Direction générale des services aux personnes âgées du Manitoba et Santé Manitoba, dans le but de renseigner les aînés manitobains quant aux différents sujets à aborder avec leur médecin et leur pharmacien.

Si vous recevez l'aide d'un fournisseur de soins, demandez-lui de prendre connaissance de ce livret.

II MÉDICAMENTS

QUESTIONS À POSER À VOTRE MÉDECIN :

Avant de vous rendre chez votre médecin, vous jugerez peut-être utile de dresser une liste des symptômes que vous ressentez ou des questions que vous désirez poser. Vous aurez peut-être des idées pour dresser votre propre liste ou peut-être trouverez-vous utile la liste qui se trouve à l'arrière du présent livret.

Ayez votre liste à la main lors de votre prochaine visite chez le médecin. Notez les réponses qui vous seront données ou demandez qu'on les écrive pour vous sur une feuille de papier. Une fois la consultation terminée, vous devriez disposer des réponses aux questions suivantes :

- Quel est le nom du médicament?
- Pourquoi est-ce que je le prends et quelle est son utilité?
- Existe-t-il des solutions de rechange permettant de ne pas prendre de médicaments?
- Y a-t-il une façon de combiner mes médicaments ou de réduire le nombre de médicaments que je prends?

II MÉDICAMENTS

- Est-ce la plus faible dose que je puisse prendre de ce médicament afin d'obtenir l'effet désiré?
- Qu'arrivera-t-il si je ne prends pas ce médicament?
- Puis-je commencer à prendre le médicament à raison d'une dose plus faible, pour voir si j'éprouve des réactions au produit?
- Y a-t-il des effets secondaires ou des réactions indésirables dont je devrais vous avertir immédiatement?
- Quels sont les résultats que je dois attendre de ce médicament?
- Voulez-vous me voir pendant mon traitement à l'aide de ce médicament?
- Dois-je revenir vous consulter? Faut-il que je prenne rendez-vous pour faire renouveler mon ordonnance ou puis-je la renouveler par téléphone? Ai-je besoin des renouvellements inscrits sur le flacon de comprimés?
- (Si vous devez subir des épreuves) Comment dois-je me préparer (par exemple, faut-il jeûner et pendant combien de temps)?
- Dois-je téléphoner pour obtenir les résultats?
- Voulez-vous que je revienne vous voir? Le cas échéant, quand?

II MÉDICAMENTS

QUESTIONS À POSER À VOTRE PHARMACIEN :

- Ce médicament peut-il être pris sous une autre forme (par exemple, j'ai des problèmes à avaler les comprimés)?
- Quels sont les effets secondaires qui peuvent survenir avec ce médicament? Quels sont les effets secondaires qui doivent être signalés immédiatement à mon médecin ou mon pharmacien?
- Ce médicament peut-il entraîner des effets secondaires s'il est combiné à des médicaments de vente libre ou des produits à base de plantes médicinales? Y a-t-il des interactions médicamenteuses?
- Certains des médicaments de vente libre ou des plantes médicinales que je prends peuvent-ils nuire à mon état de santé?
- Que signifient les symboles et les étiquettes qui se trouvent sur le flacon de mon médicament?
- Le code de mise en garde des médicaments s'applique-t-il à mon ordonnance? (Ce code identifie les effets secondaires ou les mises en garde que l'on trouve sur les emballages des médicaments).

- Avez-vous des contenants plus faciles à ouvrir que les flacons à l'épreuve des enfants? (La plupart des pharmacies offrent différents contenants ou fermetures).
- Ce médicament est-il sensible à la lumière, à la chaleur, à l'humidité, au froid? Comment faut-il l'entreposer?
- Dois-je prendre plusieurs médicaments à des heures différentes de la journée? Avez-vous des idées ou des suggestions pour m'aider à organiser mes médicaments et à me rappeler de les prendre au bon moment?
- Avez-vous de la documentation écrite sur mon médicament?

II MÉDICAMENTS

QUESTIONS À POSER À VOTRE MÉDECIN OU À VOTRE PHARMACIEN :

- Quels sont les coûts, les avantages et les risques de ce médicament?
- Existe-t-il une version générique de ce médicament?
- Ce médicament est-il remboursable en vertu du Régime d'assurance-médicaments?
- Comment dois-je prendre ce médicament (par exemple, par voie orale)?
- À quelle fréquence dois-je prendre ce médicament?
- Quand dois-je prendre ce médicament? Avant, après ou entre les repas? Au coucher? Au besoin?
- Y a-t-il des aliments ou des boissons que je dois prendre ou éviter de prendre avec mon médicament (par exemple, avec ou sans lait)?
- Y a-t-il des médicaments sans ordonnance ou des produits à base de plantes médicinales que je dois éviter de prendre en même temps que ce médicament? (Assurez-vous de montrer au médecin ou au pharmacien la liste de tous les médicaments que vous prenez, y compris les

produits vendus sans ordonnance, comme l'aspirine, les vitamines, les antiacides et les produits à base de plantes médicinales).

- Devrais-je éviter de faire autre chose pendant que je prends ce médicament (par exemple, conduire une automobile, prendre un avion ou faire des exercices)?
- Est-il possible que je ressente des effets secondaires ou des réactions indésirables suite à la prise de ce produit? Le cas échéant, lesquels? Que dois-je faire si j'éprouve un tel effet ou une telle réaction? Quels effets secondaires ou réactions doivent être immédiatement signalés à mon médecin ou mon pharmacien?
- Que dois-je faire si j'oublie de prendre une dose du médicament?
- Pendant combien de temps dois-je prendre ce médicament?
- Que dois-je faire si j'ai besoin d'un renouvellement de ce médicament?
- Existe-t-il de la documentation écrite destinée aux patients qui prennent ce médicament?
- Quels signes de danger dois-je surveiller?
- Y a-t-il autre chose qu'il est important de savoir?

II MEDICATIONS

CHOSES À FAIRE

- Avant votre visite, déterminez ce que vous voulez savoir à la fin de la consultation.
- Faites une liste de vos symptômes, de vos questions, de vos préoccupations et des épisodes antérieurs de ce problème que vous avez connus.
- Apportez tous vos médicaments, incluant les produits sans ordonnance et les produits à base de plantes médicinales, ou faites-en une liste détaillée à présenter à votre médecin ou votre pharmacien.
- Dans le cabinet du médecin, posez d'abord vos questions les plus importantes, prenez des notes, dites tout ce que vous pouvez au médecin, demandez des explications si vous ne comprenez pas et répétez ce que vous avez compris.
- Familiarisez-vous avec certains termes médicaux de base, gardez un journal de ce que vous avez appris, de vos médicaments d'ordonnance, des réactions que vous avez eues et des questions que vous avez posées.
- Avant de commencer à prendre votre médicament, assurez-vous de comprendre toutes les instructions.
- Prenez votre médicament tel que prescrit; n'en prenez ni plus, ni moins que ce qui est précisé sur l'ordonnance.

II MEDICATIONS

- Servez-vous d'une liste de vérification pour garder un relevé des médicaments que vous avez pris.
- Si vous présentez des signes ou des symptômes inhabituels ou que vous constatez quelque chose de différent, appelez immédiatement votre médecin ou votre pharmacien. La façon dont le médicament est absorbé par votre corps peut changer avec l'âge. Soyez aux aguets de tout signe inhabituel ou de réactions comme les maux de tête, le manque de coordination, les sautes d'humeur, les changements au niveau de l'alimentation, du sommeil ou de la respiration.
- Gardez un relevé permanent de tous les médicaments qui ont causé chez vous une réaction allergique ou une sensibilité.
- Si votre médecin vous suggère de porter un bracelet ou un collier Medic Alert pour signaler vos allergies, vous pouvez en commander un en composant le 1 800 668-1507.
- Même si vous vous sentez mieux, n'arrêtez pas de prendre votre médicament sans avoir obtenu l'approbation de votre médecin.
- Ne partagez jamais vos médicaments avec qui que ce soit; cela pourrait avoir des conséquences graves.
- Retirez le morceau d'ouate du flacon de médicaments et gardez vos médicaments dans leur contenant original étanche.

II MEDICATIONS

- Rangez vos médicaments dans un endroit sûr et approprié. Vous pouvez demander à votre pharmacien de vous conseiller à cet effet. La plupart des médicaments doivent être gardés à la température ambiante, à l'abri de la lumière et de l'humidité excessive. La salle de bain n'est donc pas un bon endroit où garder les médicaments.
- Vérifiez la date de péremption de vos médicaments. N'utilisez pas de médicaments périmés, car ceux-ci peuvent être inefficaces et même nocifs dans certains cas. Si un médicament ne comporte pas de date de péremption, consultez votre pharmacien.
- Rapportez les médicaments périmés à votre pharmacien pour qu'il les détruise adéquatement.
- Si vous oubliez de prendre une dose de votre médicament, ne doublez pas la dose suivante. Appelez votre médecin ou votre pharmacien qui vous diront quoi faire.
- Prenez votre traitement jusqu'à la fin, à moins que votre médecin ne vous donne des instructions différentes.

RÉSEAU PHARMACEUTIQUE INFORMATISÉ

Tous les pharmaciens-détaillants du Manitoba sont maintenant reliés par un système informatique, connu sous le nom de Réseau pharmaceutique informatisé (RPI). Le but de ce système est d'améliorer les services offerts par le Régime d'assurance-médicaments, d'augmenter la sécurité des médicaments et de réduire les abus.

Le Réseau pharmaceutique informatisé fonctionne à partir de numéros d'identification personnelle (NIP). Pour assurer la sécurité de vos ordonnances de médicaments, le numéro à neuf chiffres de la carte d'assurance-maladie mauve doit être donné au pharmacien chaque fois que vous faites remplir une ordonnance. Si un nouveau médicament ne doit pas être administré en combinaison à un de vos anciens médicaments, le pharmacien sera immédiatement averti.

Si vous ne détenez pas de carte d'assurance-maladie, communiquez avec la ***Direction des services assurés de Santé Manitoba au 786-7101 ou composez le numéro sans frais suivant : 1 800 392-1207.***

III PROGRAMMES ET SERVICES

RÉGIME D'ASSURANCE-MÉDICAMENTS

La couverture du Régime d'assurance-médicaments dépend de votre revenu familial, ainsi que du montant que vous dépensez à l'achat de médicaments admissibles. Vous devez payer une partie du coût des médicaments admissibles chaque année. Ce montant, qui représente votre franchise annuelle, dépend de votre revenu familial. Le Régime d'assurance-médicaments calcule votre franchise d'après votre revenu familial annuel.

Les particuliers ont droit à l'assurance-médicaments s'ils ont droit à une carte d'assurance-maladie du Manitoba, si les médicaments qui leur sont prescrits ne sont pas payés par un régime provincial, fédéral ou municipal, si les médicaments qui leur sont prescrits ne sont pas payés par un régime d'assurance-médicaments privé ou si le coût de leurs médicaments d'ordonnance admissibles excède la franchise de l'assurance-médicaments.

Il existe deux façons de s'inscrire à l'assurance-médicaments. Dans le premier cas, vous n'avez pas besoin de présenter de formulaire de demande annuel.

C'est par un échange de données électronique que la franchise annuelle est établie le 1er avril de chaque année. L'Agence des douanes et du revenu du Canada envoie à Santé Manitoba, par voie électronique, les données les plus récentes sur votre revenu. Vous pouvez faire une demande d'admissibilité à ce programme à n'importe quel moment pendant l'année de calcul des prestations, entre le 1er avril et le 31 mars.

Dans le deuxième cas, le demandeur doit remplir et signer les sections de consentement et de déclaration du nouveau formulaire de demande et de consentement du Régime d'assurance-médicaments, et une copie de l'avis de cotisation de Revenu Canada doit être fournie à Santé Manitoba. Pour vous inscrire, vous devez présenter une nouvelle demande chaque année, pendant l'année de calcul des prestations, soit entre le 1er avril et le 31 mars.

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec la ligne d'information téléphonique du ***Régime d'assurance-médicaments en composant le (204) 788-2520 (français) ou le (204) 788-2506 (anglais), ou adressez-vous au service des Programmes d'assurance-médicaments de Santé Manitoba en composant le (204) 786-7141, le numéro sans frais 1 800 297-8099, ou par courriel à l'adresse pharmacare@gov.mb.ca.***

DIRECTIVES EN MATIÈRE DE SOINS DE SANTÉ

Au Manitoba, la Loi sur les directives en matière de soins de santé reconnaît et respecte le droit qu'ont les citoyens d'accepter ou de refuser un traitement médical. Une directive en matière de soins de santé vous permet de faire des choix quant à votre avenir médical.

Une directive en matière de soins de santé est un document écrit qui vous permet de donner des instructions précises quant au niveau et au type de traitement médical que vous souhaitez recevoir, si vous n'êtes pas en mesure d'exprimer vos désirs en raison d'une incapacité mentale ou de l'impossibilité de communiquer. La directive vous permet aussi de nommer une autre personne, appelée « mandataire », pour prendre les décisions concernant votre santé, si vous êtes dans l'impossibilité de le faire. Il est important que votre famille, vos amis, votre médecin et votre mandataire sache que vous avez une directive en matière de soins de santé et où la trouver.

Pour être valide, la directive doit être écrite, signée et datée. La directive a force obligatoire pour les professionnels de la santé et le mandataire, dans la mesure où les instructions qu'elle contient sont compatibles avec les pratiques médicales.

Le gouvernement du Manitoba a préparé un formulaire de directive en matière de soins de santé. Pour en obtenir un exemplaire, veuillez communiquer avec le service d'information téléphonique pour les ***personnes âgées au 945-6565, ou au numéro sans frais 1 800 665-6565.***

Le formulaire est également offert en ligne à l'adresse
www.gov.mb.ca/health/documents/Health_Care_Directive.doc

III PROGRAMMES ET SERVICES

TROUSSE D'INFORMATION POUR LES SITUATIONS D'URGENCE (T.I.S.U.)

Le but de la T.I.S.U. est de faciliter l'accès aux renseignements vitaux en situation d'urgence. La trousse contient un ensemble standardisé d'information reliée à la santé; elle est conservée dans un endroit déterminé, afin d'être à la disposition du personnel médical d'urgence et des autres professionnels de la santé. La trousse est un outil important qui permet d'offrir des programmes et des services de soutien aux aînés autonomes et de mettre à la disposition du personnel pertinent des renseignements indispensables sur la santé de la personne âgée. Elle apaise les préoccupations des fournisseurs de soins et aide le personnel médical à fournir des services plus précis en cas d'urgence.

III PROGRAMMES ET SERVICES

La T.I.S.U. contient une brochure d'information, un formulaire de renseignements sur la santé, une formule de directives en matière de soins de santé, une carte de don d'organes, un formulaire de don pour ceux qui souhaitent appuyer le projet, des fentes où insérer la carte d'affaires d'une personne avec qui communiquer en cas d'urgence et un autocollant à apposer sur la porte avant du lieu de résidence. Pour voir si une trousse T.I.S.U. est disponible dans votre communauté, veuillez communiquer avec le Conseil des ressources communautaires (CRC) de votre Communauté. Pour obtenir une liste des CRCs, veuillez communiquer avec le Service d'information téléphonique pour les personnes âgées au ***945-6565*** ou sans frais de l'extérieur au ***1 800 665-6565.***

III PROGRAMMES ET SERVICES

SERVICE TÉLÉPHONIQUE DE RENSEIGNEMENTS SUR LA MÉDICATION DES PERSONNES ÂGÉES

La Faculté de pharmacie de l'Université du Manitoba a mis sur pied un service téléphonique de renseignements sur la médication des personnes âgées. Les renseignements qu'on y obtient servent de complément d'information aux conseils donnés par votre médecin ou votre pharmacien. De plus, il est possible de poser, par téléphone, des questions portant sur les médicaments et leur usage approprié, à un pharmacien consultant du lundi au vendredi, de 9 h à 15 h.

Si vous appelez en dehors des heures qui précèdent, vous serez prié de rappeler ou de laisser un message au répondeur; on vous rappellera dans les plus brefs délais. Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet d'un médicament que vous prenez ou qu'utilise un de vos proches, n'hésitez pas à communiquer avec le service téléphonique de renseignements sur la médication des ***personnes âgées au 261-3111, ou sans frais au 1 800 432-1960, poste 6493.***

SERVICE D'INFORMATION TÉLÉPHONIQUE POUR LES PERSONNES ÂGÉES

Pour tout autre type de renseignement ou de service, vous pouvez vous adresser au service d'information téléphonique de la Direction générale des services aux personnes âgées du Manitoba. Cette ligne téléphonique est conçue pour offrir aux aînés un accès facile aux ministères et programmes gouvernementaux, ainsi que des renseignements sur les questions qui intéressent les personnes âgées.

Vos questions seront traitées rapidement; veuillez composer le 945-6565 ou, sans frais, 1 800 665-6565, du lundi au vendredi, entre 8 h 30 et 16 h 30. Si vous appelez en dehors des heures qui précèdent, vous serez prié de rappeler ou de laisser un message au répondeur; on vous rappellera dans les plus brefs délais.

La Direction générale des services aux personnes âgées du Manitoba offre également une ligne téléphonique pour les personnes âgées victimes de mauvais traitement; il s'agit d'un service confidentiel qui permet aux aînés, aux membres de leur famille, aux fournisseurs de soins et à la collectivité d'avoir accès à des renseignements concernant la violence et la

négligence envers les personnes âgées; on y trouvera des informations sur les ressources actuelles et les services de soutien offerts au Manitoba.

Un conseiller fournit également des renseignements pour permettre aux collectivités de veiller à ce que des services et des programmes de soutien soient à la disposition des personnes qui en ont besoin. Ligne téléphonique pour les personnes âgées victimes de mauvais traitement : ***945-1884, sans frais, 1 888 896-7183. Vous pouvez également consulter le site Web de la Direction générale des services aux personnes âgées du Manitoba à l'adresse www.gov.mb.ca/sd/index.fr.html.***

HEALTH LINKS

Health Links est un service téléphonique de renseignements sur la santé offert au Manitoba, 24 heures sur 24, tous les jours. Des infirmières spécialisées offrent renseignements et appui aux personnes qui en ont besoin; en cas de nécessité, elles décident également si une aide supplémentaire s'impose, notamment le recours à un centre de traitement d'urgence ou au service d'urgence d'un hôpital. ***Health Links : 788-8200, sans frais : 1 888 315-9257.***

IV AUTRES

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES

Réseau pharmaceutique informatisé (RPI)

Santé Manitoba – Direction des services assurés

Tél. : 786-7101

Sans frais : 1 800 392-1207

Ligne d'information téléphonique du Régime d'assurance-médicaments

Tél. : 788-2520 (français) à Winnipeg
788-2506 (anglais) à Winnipeg

Régime d'assurance-médicaments

Tél. : 786-7141 à Winnipeg

Sans frais : 1 800 297-8099

Service téléphonique de renseignements sur la médication des personnes âgées

Tél. : 261-3111 à Winnipeg

Sans frais : 1 800 432-1960, poste 6493

De 9 h à 15 h

IV AUTRES

Service d'information téléphonique pour les personnes âgées

Téléphone : 945-6565 à Winnipeg

Sans frais : 1 800 665-6565

De 8 h 30 à 16 h 30

Health Links

Téléphone : 788-8200 à Winnipeg

Sans frais : 1 888 315-9257

Guide info santé

Guide des services de santé au Manitoba

www.gov.mb.ca/health/guide/index.fr.html

Sans frais : 1 866 626-4862

Medic Alert

Sans frais : 1 800 668-1507

QUESTIONS COMMUNES

Vous voudrez peut-être apporter la liste de questions suivante avec vous lors de votre prochaine visite chez le médecin ou le pharmacien.

QUESTIONS À POSER À VOTRE MÉDECIN :

- Quel est le nom du médicament?
- Pourquoi est-ce que je le prends et quelle est son utilité?
- Existe-t-il des solutions de rechange permettant de ne pas prendre de médicaments?
- Y a-t-il une façon de combiner mes médicaments ou de réduire le nombre de médicaments que je prends?
- Est-ce la plus faible dose que je puisse prendre de ce médicament afin d'obtenir l'effet désiré?
- Qu'arrivera-t-il si je ne prends pas ce médicament?
- Puis-je commencer à prendre le médicament à raison d'une dose plus faible, pour voir si j'éprouve des réactions au produit?

QUESTIONS COMMUNES

- Y a-t-il des effets secondaires ou des réactions indésirables dont je devrais vous avertir immédiatement?

- Quels sont les résultats que je dois attendre de ce médicament?

- Voulez-vous me voir pendant mon traitement à l'aide de ce médicament?

- Dois-je revenir vous consulter? Faut-il que je prenne rendez-vous pour faire renouveler mon ordonnance ou puis-je la renouveler par téléphone? Ai-je besoin des renouvellements inscrits sur le flacon de comprimés?

- (Si vous devez subir des épreuves) Comment dois-je me préparer (par exemple, faut-il jeûner et pendant combien de temps)?

- Dois-je téléphoner pour obtenir les résultats?

- Voulez-vous que je revienne vous voir? Le cas échéant, quand?

QUESTIONS COMMUNES

QUESTIONS À POSER À VOTRE PHARMACIEN :

- Ce médicament peut-il être pris sous une autre forme, car j'ai des problèmes à avaler les comprimés?

- Quels sont les effets secondaires qui peuvent survenir avec ce médicament? Quels sont les effets secondaires qui doivent être signalés immédiatement à mon médecin ou mon pharmacien?

- Ce médicament peut-il entraîner des effets secondaires s'il est combiné à des médicaments de vente libre ou des produits à base de plantes médicinales? Y a-t-il des interactions médicamenteuses?

- Certains des médicaments de vente libre ou des plantes médicinales que je prends peuvent-ils nuire à mon état de santé?

- Que signifient les symboles et les étiquettes qui se trouvent sur le flacon de mon médicament?

QUESTIONS COMMUNES

- Le code de mise en garde des médicaments s'applique-t-il à mon ordonnance?
- Avez-vous des contenants plus faciles à ouvrir que les flacons à l'épreuve des enfants?
- Ce médicament est-il sensible à la lumière, à la chaleur, à l'humidité, au froid? Comment faut-il l'entreposer?
- Dois-je prendre plusieurs médicaments à des heures différentes de la journée? Avez-vous des idées ou des suggestions pour m'aider à organiser mes médicaments et à me rappeler de les prendre au bon moment?
- Avez-vous de la documentation écrite sur mon médicament?

QUESTIONS À POSER À VOTRE MÉDECIN OU À VOTRE PHARMACIEN :

- Quels sont les coûts, les avantages et les risques de ce médicament?
- Existe-t-il une version générique de ce médicament?
- Ce médicament est-il remboursable en vertu du Régime d'assurance-médicaments?
- Comment dois-je prendre ce médicament (par exemple, par voie orale)?
- À quelle fréquence dois-je prendre ce médicament?
- Quand dois-je prendre ce médicament? Avant, après ou entre les repas? Au coucher? Au besoin?
- Y a-t-il des aliments ou des boissons que je dois prendre ou éviter de prendre avec mon médicament (par exemple, avec ou sans lait)?

QUESTIONS COMMUNES

- Y a-t-il des médicaments sans ordonnance ou des produits à base de plantes médicinales que je dois éviter de prendre en même temps que ce médicament?

- Devrais-je éviter de faire autre chose pendant que je prends ce médicament (par exemple, conduire une automobile, prendre un avion ou faire des exercices)?

- Est-il possible que je ressente des effets secondaires ou des réactions indésirables suite à la prise de ce produit? Le cas échéant, lesquels? Que dois-je faire si j'éprouve un tel effet ou une telle réaction? Quels effets secondaires ou réactions doivent être immédiatement signalés à mon médecin ou mon pharmacien?

- Que dois-je faire si j'oublie de prendre une dose du médicament?

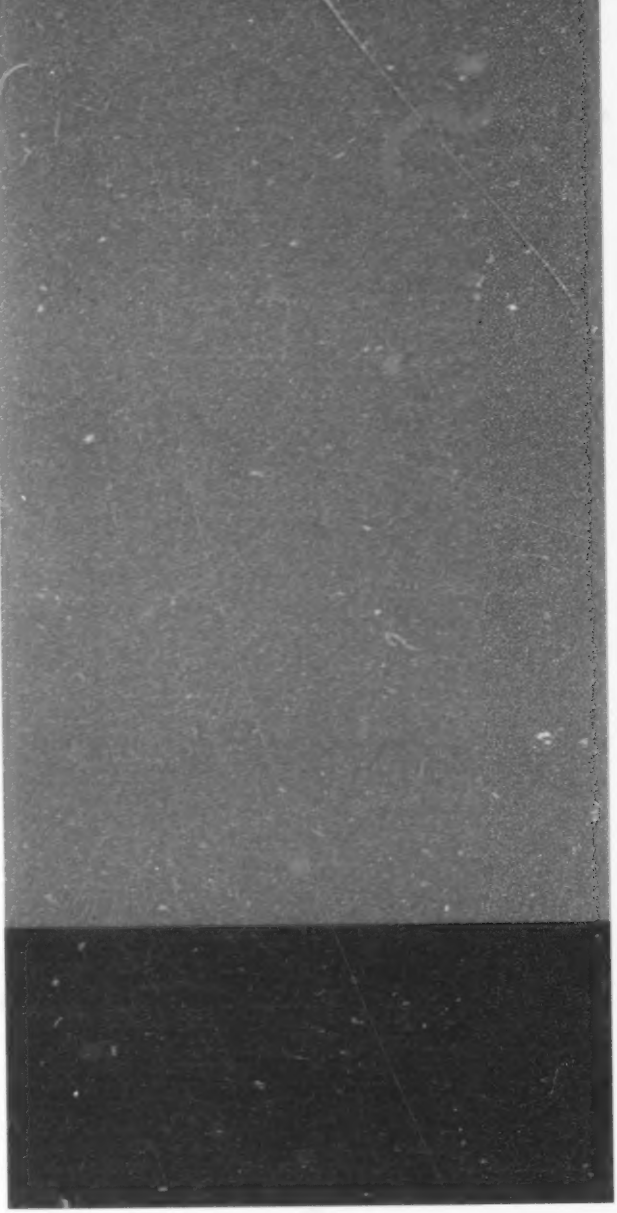
- Pendant combien de temps dois-je prendre ce médicament?

- Que dois-je faire si j'ai besoin d'un renouvellement de ce médicament?

QUESTIONS COMMUNES

- Existe-t-il de la documentation écrite destinée aux patients qui prennent ce médicament?
- Quels signes de danger dois-je surveiller?
- Y a-t-il autre chose qu'il est important de savoir?

notes



mars 2003